

Iniciación al nanbudo

El arte marcial del tercer milenio

Carrasco Millán, Mariano; Cónsul Peñalvert, Josep

Editorial: Alas

ISBN: 9788420304007

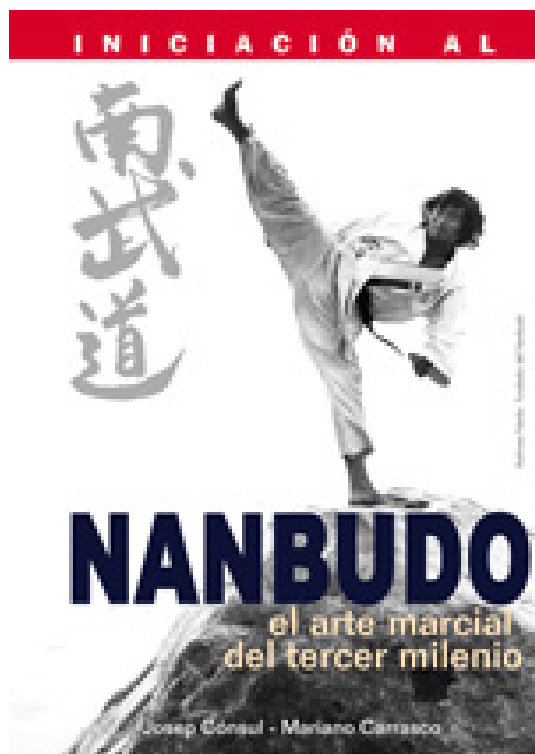
Páginas: 192

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 13,00 €

Coleccion: Miscelánea



SINOPSIS

Creado por Yoshinao Nanbu a partir de su extensa experiencia personal, el Nanbudo está basado en los orígenes de las artes guerreras diferenciándose una parte física y técnica estrechamente ligada a la mental y filosófica.

Caracteriza a este estilo su extrema flexibilidad, los ejercicios respiratorios, las espectaculares esquivas y el estricto respeto por el adversario.

En definitiva, un sistema completo con el que alcanzar una condición física y psíquica equilibrada a cualquier edad.

En esta obra se plasma la filosofía y la técnica del Mtro. Nanbu a través de sus casi 800 fotografías.